



COMMUNICABLE DISEASE SECTION

799 E. Rialto Avenue, San Bernardino, CA. 92415-0011

IMMUNIZATION PROGRAM 1-800-722-4794.....Fax (909) 386-8325

TUBERCULOSIS CONTROL 1-800-722-4794.....Fax (909) 387-2861

EPIDEMIOLOGY 1-800-722-4794.....Fax (909) 386-8325

ALLAN RAWLAND
Acting Public Health Director

TRUDY RAYMUNDO
Assistant Director of Public Health

MAXWELL OHIKHUARE, M.D.
Health Officer

Para su Inmediata Publicación

17 de septiembre 2010

PSA #10-66

Para más información contacte a: Vanessa Long

director del programa

(909) 386-8158

¡Depende de Usted para Combatir la Gripe!

San Bernardino. La vacuna contra la gripe estacional, puede protegerle a usted, a su familia y a la comunidad contra la gripe. El Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino patrocinará clínicas de vacunación a bajo costo contra la gripe estacional en todo el Condado desde el mes de septiembre del 2010. Se recomienda recibir una nueva vacuna cada otoño, puesto que la vacuna contra la gripe cambia cada año de acuerdo a los tipos de virus en el ambiente. La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por el virus de la influenza y los síntomas pueden convertirse de leves a severos y pueden causar hospitalización e incluso la muerte. Hágase vacunar hoy mismo para que usted, su familia, sus compañeros de trabajo y otras personas de la comunidad no contraigan la enfermedad.

Una vacuna contra la gripe estacional es ahora universalmente recomendado para:

- Todas las personas de 6 meses o más, cada año ***Nueva Recomendación 2010-2011***

Se recomienda especialmente la vacunación estacional contra la gripe para:

- Niños desde los 6 meses hasta los 19 años de edad
- Personas de 50 años y mayores
- Personas de cualquier edad que presenten problemas crónicos de salud
- Mujeres embarazadas
- Personas que viven en asilos de ancianos o en centros de cuidados a largo plazo
- Personas que prestan servicios de salud a domicilio y para empleados de salubridad

Las buenas prácticas de higiene son la mejor manera de prevenir el contagio de la enfermedad:

- Cúbrase la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar, y tire el pañuelo en un basurero después de usarlo.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o de estornudar. Se aconseja el uso de soluciones desinfectantes a base de gel de alcohol, cuando no se tiene agua y jabón.
- Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y/o la boca pues son las puertas de entrada de los gérmenes al interior de nuestro cuerpo.
- Si se enferma, quédese en casa y no vaya a trabajar ni a la escuela y evite el contacto con otras personas para evitar contagiarlas.

-mas-

Para obtener información sobre las clínicas comunitarias y los horarios de atención, por favor visite el sitio web del Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino en el sitio: www.sbcounty.gov/dph o llame al Programa de Vacunas al 1-800-722-4794, de Lunes a Viernes, desde las 8 a.m. hasta las 5 p.m.

###